

Corona 2020

Das Jahr der klaren Sicht

Wenn ich jemals daran denken würde, eine Aufgabenbeschreibung für die Osteopathie zu treffen, würde ich Dr. Stills Anweisung „Gehe dorthin, wo du die Gesundheit findest“ dafür in Betracht ziehen.

Und bevor ich damit weitermache, euch zu erzählen, wie dieses außergewöhnliche Jahr 2020 und die Ankunft des Virus mich dazu brachten, diese Anweisung zu erfüllen, möchte ich zuerst klar sagen, dass mir sehr wohl bewusst ist, was für eine Leidenszeit es für viele Menschen bedeutet.

Ich bekomme mit, wie stark die Tafeln mit kostenloser Essensausgabe zunehmen, dass vermehrt Kündigungen stattfinden, die Arbeitslosigkeit steigt, die Wirtschaft zusammenbricht, die Ersparnisse rasend schnell schwinden und dass es Hunger gibt. Ich bin mir der globalen Angst und Furcht bewusst, sehe die Streitigkeiten in den Familien, die es nicht gewohnt sind, so viel Zeit eng beieinander verbringen zu müssen, oft noch zusammengequetscht in winzigen Räumen ohne frische Luft und das über Tage und Wochen, ohne dass ein Ende absehbar ist. Ich weiß um den Teenager, der gerade vor kurzem seinen streng religiösen Eltern eröffnet hat, dass er schwul sei und nun mit ihnen eingeschlossen ist. Er kann nicht weg, während seine Mutter lauthals für ihn betet, dass er geheilt werden möge. Ich bin mir bewusst, dass jetzt im Moment Leute schwer krank sind und viele auf der ganzen Welt im Krankenhaus sterben werden und es so noch für einige Zeit weitergehen wird.

Eine unserer Freundinnen sitzt in Indien fest, wo sie ein Yogaretreat machte. Es gibt keine Rückführungsflüge, nichts, was sie sich zum Essen kaufen kann und die Ortsansässigen haben sich gegen die Touristen gewandt, greifen sie mit Stöcken an und machen sie dafür verantwortlich das Virus ins Land eingeschleppt zu haben und der Bevölkerung das Essen wegzunehmen. Streunende und hungernde Hunde streifen in Rudeln durch die Straßen und beißen jeden, der draußen herumläuft.

Diese Freundin hat gerade erfahren, dass eine nahe Verwandte ernsthaft an Corona erkrankt ist und in Großbritannien in einem Krankenhaus liegt, aber sie hat keine Ahnung, wann sie in der Lage sein wird, nach Hause zu kommen und die Verwandte zu besuchen, falls ein Besuch überhaupt noch möglich ist.

Ein enger Freund von mir ist kürzlich an einer schon länger bestehenden Herzerkrankung gestorben. Es gibt keine Möglichkeit, dass einer von uns an seiner Beerdigung teilnimmt; keiner von uns wird „Auf Wiedersehen“ zu diesem geliebten Gefährten sagen können. All diese Tatsachen sind mir bekannt, aber ich bin mir auch der anderen Seite der Corona-Münze bewusst.

Bevor ich das Wort „Corona“ in Verbindung mit dem Virus hörte, brachte ich es in Zusammenhang mit einer Biermarke oder einem hellen Lichtkranz um eine Objekt herum. Es war Neujahr und 2020 hatte gerade begonnen, ohne dass irgendetwas über einen Virus erwähnt wurde. „Twenty Twenty“ das Zeichen für perfekte Sehkraft. (2020 vision ist im Amerik. die Bezeichnung für 100% Sehschärfe, Anm. d. Ü.)

Das sollte 2020 für mich und hoffentlich für uns alle sein, ... eine Gelegenheit unsere Scheuklappen abzulegen und diese Welt und unseren Platz in ihr mit neuer Klarheit zu sehen. Uns war das drohende Umweltdesaster bewusst, die ermüdende Brexit-Geschichte, die Starkregenfälle, übertretende Flüsse, Überflutungen...wir alle wussten, „man muss etwas tun“, aber was und wie? So fing 2020 an.

Dann kam plötzlich wie aus dem Nichts, Corona hereingeschneit. Plötzlich geschahen unvorhergesehen Dinge. Die Schulen im ganzen Land schlossen auf absehbare Zeit, Flüge und Flughäfen machten zu, Straßen und Läden blieben leer. Wofür die vereinten Kräfte von Extinction Rebellion, David Attenborough, Greta Thunberg, Greenpeace und die Weltregierungen ein Jahrzehnt gebraucht hätten, um es zu bewerkstelligen, das passierte nun innerhalb von Tagen. Der Himmel klärte sich, die Luft klärte sich, die Sterne leuchteten heller und die Vögel sangen lauter.

In China blieben 20mal mehr Menschen am Leben aufgrund der verringerten Luftverschmutzung, als die, die an Corona starben (Bericht von Marshall Burke, am 14.3.2020, Wissenschaftler an der Stanford University).

Gemeinschaften rückten zusammen, Nachbarn gingen füreinander einkaufen. Am 26. März um 8 Uhr abends gab es einen landesweiten Applaus, um die NHS zu würdigen, am Tag zuvor hatten sich 400.000 Freiwillige gemeldet, um Krankenhäusern und G.P. Operationen zu unterstützen. Ganz eindeutig erschien da ein Silberstreifen am Corona-Horizont. Mir schien es, als ob nicht nur die klarere Luft uns half einfach klarer zu sehen, was wirklich zählte. Unsere übersättigten, ziemlich selbstbezogenen Einstellungen verschwanden wie ein Grauer Star unter dem Laser und wir fingen an, unsere Freunde, Familien, Arbeitskollegen und unsere Gemeinschaft in einem ganz neuen Licht zu sehen. Wir waren als gesamtes Kollektiv beteiligt; die ganze Welt war daran beteiligt. Grenzen und Anklagen lösten sich auf, als wir verstanden, dass der Virus sich im Zeitalter des internationalen Flugverkehrs, nicht um politische oder geographische Zugehörigkeit kümmerte. Vielleicht sind wir durch das Social Distancing getrennt worden, aber auf vielen anderen Wegen sind wir durch dieselbe Sache näher zusammengebracht worden.

Aber wo war der Silberstreifen am Corona-Horizont für uns als Osteopathen, wenn unsere Praxen geschlossen wurden, die Patientenliste schrumpfte und unser Einkommen sich drastisch reduzierte?

Kommen wir zu Dr. A.T. Still zurück. Zuallererst ... Epidemien waren ihm nicht fremd. 1863 starben vier seiner Kinder innerhalb von 14 Tagen alle an zerebrospinaler Meningitis, ein so starker Verlust, den wir alle uns fast nicht vorstellen können. Sein Vertrauen war erschüttert

und er hörte auf zu praktizieren. Dann kam ein Nachbar zu ihm und bat ihn völlig verzweifelt seiner achtjährigen Tochter zu helfen. Die beiden Männer hegten schon seit langem gegenseitigen Groll, aber der Nachbar flehte Still unter Tränen an und sagte „Lassen wir die Vergangenheit ruhen ... kommen Sie mit.“ Dr. Still war ebenso zu Tränen gerührt, verzieh dem Mann und ging mit, um das Mädchen zu behandeln. Sie wurde gerettet. Diese Situation geht weit über das hinaus, worum die meisten von uns jemals gebeten werden, aber sie ist ein Beispiel, wozu wir alle in der Lage sind. Wir alle können unser Vertrauen zurückgewinnen. Wir können alle verzeihen und uns kann verziehen werden. Wir können alle unseren Dienst anbieten und unsere Fähigkeiten teilen.

Durch seinen Kummer hatte sich Still von der Gemeinschaft entfernt, er wurde geheilt, als er sich wieder in sie hinein begab. Geschieht uns das nicht ebenso? Wird unser Vertrauen in die menschliche Natur nicht wieder gestärkt, wenn wir uns von unserem kleinen individualistischen Selbst zu dem größeren Selbst als Teil der ganzen Menschheit bewegen? Kann das Licht um den Corona Virus einen neuen Weg für uns erhellen, so wie das Licht nach Stills durchlebtem Kummer ihn inspirierte, eine Schule zu vorausszusehen, eine Lehre, eine Wissenschaft, die sich Osteopathie nennt?

Welcher Weg entfaltet sich für dich in diesen Zeiten? Welcher Weg für uns alle als Osteopathen? Was würde Still jetzt tun, oder Sutherland?

Dr. Still, der die Gesundheit sehr viel mehr respektierte als Krankheit, unterrichtete seine Studenten wie man mit hochansteckenden Erkrankungen arbeitet. Er wies sogar seinen eigenen Sohn Charley an, mit den Opfern der Diphtherie Epidemie in Red Wind Minnesota zu arbeiten. Die Sterberate lag bei 50% über dem Tagesdurchschnitt von Todesfällen. Heute würden wir sagen, die Stadt war im Lockdown. An vielen Haustüren gab es Quarantänebotschaften, die besagten: „Draußen bleiben! Laut Anordnung der Staatlichen Gesundheitsbehörde - ansteckende Diphtherie.“ Zweifellos hätte das viele von uns abgeschreckt, aber Dr. Still schickte seinen Sohn hinein, obwohl Charley nie zuvor in seinem Leben einen Fall von Diphtherie behandelt hatte. Charley wurde ins kalte Wasser geworfen und verbrachte die ganze Nacht mit der Familie mit fünf kranken Kindern und einem sterbenden Dienstmädchen. Später sagte er „Ich habe die ganze Nacht mit den Kindern gearbeitet, ich hatte Angst die Behandlung abzubrechen.“ Am Morgen waren alle Patienten auf dem Weg der Besserung.

Was wirst du sagen, wenn diese Corona Epidemie in die Geschichte eingeht, eingereiht mit der Spanischen Grippe 1919 oder dem Cholera Ausbruch 1854 in der London`s Broad Street und jemand fragt dich „Was hast du während des Corona Ausbruchs 2020 getan?“ Möge es der Himmel verhindern, dass wir so etwas wie unsere Gründungsväter sagen „Nun, ich saß zuhause auf dem Sofa, habe mir Boxkampfserien angeschaut und gewartet, bis alles wieder zur Normalität zurückkehrt.“

Ihr könnt auch gerne fragen „Mary, was hast du getan?“

Nun, ich habe versucht meinem Auftrag als Osteopathin zu folgen, dem Kernsatz, „die Gesundheit zu finden“ und zuerst habe ich dabei auf mich selbst geschaut. Was heißt das, die Gesundheit zu finden, zur Gesundheit zu gehen? Für mich heißt das, innen das zu finden, was weiterführt, was über „...die materiellen Kräfte oder das physische Durcheinander, das Unordnung schafft ...“ hinausgeht, wie es Still bezeichnete. Für mich bedeutet das, nach innen zu gehen, Stille zu finden, Frieden und einen Schimmer von flüssigem Licht. Für Still bedeutete es die „unveränderliche Wahrheit zu finden, die unter der Ursache und den Heilmitteln der Krankheit liegt.“

Bevor Still diesen inneren Funken der Gesundheit sehen konnte, musste er erkennen, dass er unbewusst eine Weltsicht aufgenommen hatte, die hinterlistig seine Gedanken und Handlungen bestimmte, dass er einem Glaubenssystem mit materiellen Wertvorstellungen aufsaß, die darauf abzielten, die Natur zu kontrollieren, statt sie mit innerer Weisheit zu harmonisieren. Als er diese Weltsicht losließ, wurde die Unveränderliche Wahrheit offensichtlicher für ihn. Wie viele von uns haben ihre innere Weisheit hinten angestellt, in dem Glauben, dass es ein Recht gäbe, die Natur zu kontrollieren? Wie viele von uns haben die Natur und die Dynamische Stille angerufen, indem wir an den Horizont geschaut und erwartet haben, dass die Tide uns hilft, unsere Patienten zu behandeln? Gleichzeitig haben wir diese Natur geschädigt, indem wir bedenkenlos Palmöl konsumieren oder fliegen oder ... diese Liste könnte man immer weiter fortführen.

Plötzlich wurde 2020, das Jahr der Corona Pandemie, für mich zum Jahr der Innenschau. Ich ging nach innen, um die Gesundheit zu finden und meine Beziehung zur Natur völlig zu erneuern ... und es schien so, als ob die gesamte Natur und viele Menschen mich dabei unterstützten. Wie wäre es, wenn ich mir ein 40 Tage Retreat gewünscht hätte, dass ich angenehm bei mir zuhause und in meinem Garten verbringen könnte, teilweise von der Regierung bezahlt? Was wäre, wenn die ganze Welt mich dabei unterstützen würde, meine Patientenliste zu klären und ruhig und still zu werden? Wenn alle einverstanden wären, nicht mehr dauernd auf den Straßen herumzufahren, so dass ich meditativ die leeren Wege entlang gehen könnte oder am Kanal entlang radeln? Wie dankbar wäre ich, wenn jeder aufhören würde, das Flugzeug zu benutzen, so dass der Himmel heilen könnte und die Luft sich reinigen? Wie sehr wäre ich berührt, wenn meine Mitbürger dem Ruf der Ärzte und Schwestern wie Charley folgen würden, der eine Nacht nach der anderen sterbende Kinder behandelte, ohne Vorerfahrung? ... Nun ... lieber Leser, liebe Leserin ... das ist geschehen, und nicht nur ich habe das erlebt, sondern uns allen wurde diese Gelegenheit gegeben.

Wie durch ein Wunder wurde mein wildester Wunsch erfüllt ... nämlich, dass jede*r „gestillt“ wird, zur Ruhe kommt. Vor mir liegen Tage, in denen ich nach Innen gehen kann und die Gesundheit entdecken ... und ratet mal, was ... diese Gesundheit teilen wir alle. Wenn eine*r von uns sie entdeckt, ist es als ob wir eine Kerze anzünden für alle diejenigen, die wir noch nicht kennen. Es ist also keine selbstsüchtige Reise, sondern es ist ein schöner Akt der Verbundenheit, die Gemeinschaft mit der Menschheit zu stärken. Je mehr von uns diesen

Zündfunken der Gesundheit finden, umso leichter wird es für den Rest von uns, das ebenso zu tun.

Aber da ist noch mehr...mehr als ich mir in meinen wildesten Träumen erhoffte...wir werden dabei unglaublich von der Natur selbst unterstützt.

Wenn ich fragen würde ... „wie findet ihr den Funken zur Gesundheit in euren Patienten als Osteopathen?“ ... könntet ihr vielleicht ganz richtig sagen, ihr würdet einen EV4 oder einen CV4 induzieren und dann gäbe es eine Zündung. Ihr hättet den gesamten Organismus an einen tiefen Punkt der Stille und der Ruhe gebracht, bis eine tiefe Einatmung entsteht und ... Licht!

Wenn die Frage wäre ...“wie könnte die Natur, mit der wir alle verwoben sind, an der wir Anteil haben, uns in der kollektiven Heilung unterstützen?“... könnte meiner Meinung nach die Antwort lauten, dass *sie (die Natur)* sich diese Situation so ausgedacht hat, um uns alle an diesen Punkt der tiefen Stille und Ruhe zu bringen, an den Punkt der tiefen Einatmung, zum Licht der Zündung und zum Licht der erneuerten Vision.

Was wäre, wenn es durch Corona tatsächlich diesen Silberstreif gäbe und darin etwas Gütiges zu finden wäre? Was, wenn wir alle zusammen auf dieser Heilungsreise wären und die Natur mit ihrem inneren Wissen unsere Osteopathin, unsere Heilerin wäre?

Einer meiner Patienten hatte eine Einsicht und schlug vor, die weitverbreitete Panik der ersten Wochen so zu betrachten, als habe sie uns unbewusst dazu gebracht, Vorkehrungen zu treffen, so wie wir es vor einer Reise tun. Haben wir vielleicht unterbewusst realisiert, dass es darum geht, uns alle kollektiv auf eine Reise zu begeben? Vielleicht auf die wichtigste Reise überhaupt, nämlich die Reise nach Innen, die Reise in den Glorienschein der Unveränderlichen Wahrheit?

Jeden Morgen stehe ich auf und schaue aus dem Fenster in eine Welt, die von Tag zu Tag stiller und ruhiger wird. Es ist eine Dynamische Stille und sie vibriert so stark, wie ich es noch nie gehört habe. Ich habe das Gefühl, dass Mutter Natur, die Mutter aller Osteopathen uns jetzt gerade behandelt. Der Himmel, die Luft, die Vögel, Wind und Regen, unsere Haustiere und das Vieh, die wilden Tiere und die Geschöpfe des Meeres ... vielleicht helfen sie alle? Die Menschen sind ein Teil der Natur und doch sehen wir uns oft getrennt von ihr. Mein Gefühl ist, wenn die ganze Welt zur Ruhe kommt, wir in unseren Teil der kollektiven Ganzheit hinein erwachen. Mutter Natur und ihre Welt um uns herum geben uns eine Gelegenheit, Stille und Frieden zu finden. Es ist wie eine große Umarmung zusammen mit einem CV4. Was könnte anderes daraus entstehen, als ein tiefes Einatmen und ein Funken erneuerter Gesundheit und Ganzheit?

Das klingt alles gut und schön, aber das Leben in der „realen“ Welt geht weiter und wir haben die Verpflichtung zu behandeln, uns zu kümmern und zu helfen, nicht nur selbst behandelt zu werden. Wir haben Familie, Freunde, Patienten, manche in unerreichbarer Distanz. Was können *wir tun*? Was können wir tun?

Nun, wir können uns der Führung durch die Tide anvertrauen, aber selbst die Tide braucht etwas, womit sie arbeiten kann. Nachdem wir in uns die Gesundheit gefunden haben, können wir wieder „nach draußen gehen“ ... wir können telefonisch Kontakt aufnehmen mit unseren Patienten, Nachbarn und Kollegen, oder per Email, per Post unseren Rat und unsere Unterstützung anbieten, immer unter dem Blickwinkel, dass wir eher nach dem Licht der Gesundheit Ausschau halten, anstatt die Angst oder die Krankheit unterstützen. Vielleicht werden wir dahin geführt, uns mehr um unsere Familie und Kinder zu kümmern, als um unsere Patienten. Vielleicht unterrichten wir zuhause oder machen Lieferdienste, kümmern uns um das Zuhause, gärtnern oder kümmern uns um Tiere. Egal was wir wählen oder wohin wir geführt werden, wir tun alles immer mit der osteopathischen Aufmerksamkeit für die Ganzheit, das Licht und die Liebe. Sogar die Soziale Separation kann osteopathisch oder heilend sein, wenn man sich auf den eigenen fluiden Körper/Zone B einstimmt. Fühle einfach die Lichtkugel, wärmend, angenehm um dich herum... und dann werde dir bewusst, dass dieselbe Kugel um jeden herum vorhanden ist.

Du wirst dadurch nicht in den Raum des anderen eindringen, sondern viel mehr deinem Einkaufsgenossen oder dem Fußgänger helfen, sich seiner eigenen „Unterstützungskugel“ bewusst zu werden. Nach einer Weile wirst du dich geradezu nackt fühlen, wenn du ohne deine Kugel hinausgehst!

Lasst uns die Geschenke dieser Zeit und der Stille weise nutzen. Wir werden auf dieser Reise durch den Lebensatem unterstützt und geführt. Und er taucht auf aus der Dynamischen Stille der Natur.

Wenn man uns fragen würde ...“Was hast du im Corona Jahr 2020 getan?“ lasst uns nicht antworten, wir haben gelangweilt oder verängstigt auf dem Sofa gesessen, sondern antworten, wir haben uns im kollektiven Herzen an den Händen gehalten und haben die Reise unseres Lebens weitergeführt mit offenen Augen und hundertprozentig klarer Sehkraft.

Mary Bolingbroke

15.04.2020, übersetzt ins Deutsche von Nina Schimetzek mit herzlichem Dank

Quelle: John Lewis. A.T. Still. From the dry Bone to the Living Man 2012 Dry Bone Verlag